ธัมมิกวัตต์

หอสมุด มหามกุฏราชวิทยาลัย

ของ

พระรัชชมงคลมุนี วัดสัมพันธวงศ์

คณะเจ้าภาพ

พิมพ์เป็นธรรมบรรณาการ

ในการฌาปนกิจศพ

นายทิม โคศิริ

ณ เมรุวัดพระพิเรนทร์

วันเสาร์ที่ ๖ มีนาคม ๒๔๙๗

294.35
พ46ธ 2497

ดาวน์โหลดจากระบบ TUDC โดย นายสำรวย บานชื่นภูมิ หมดอายุ 14/12/2563

ดาวน์โหลดจากระบบ TUDC โดย นายสำรวย บานชัยภูมิ หมดอายุ 14/12/2563

ธัมมิกวัตต์

ของ

พระรัชชมงคลมุนี วัดสัมพันธวงศ์

คณะเจ้าภาพ

พิมพ์เป็นธรรมบรรณาการ

ในการฌาปนกิจศพ

นายทิม โคศิริ

ณ เมรุวัดพระพิเรนทร์

วันเสาร์ที่ ๖ มีนาคม ๒๔๙๗

หอสมุดหนังสืออนุสรณ์งานศพ วัดเบญจมบพิตร ๒๔๑๕
หอสมุดกลาง สำนักหอสมุด มหาวิทยาลัยศิลปากร
หอสมุดกลาง มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี

920.9
ก63

11119

ดาวน์โหลดจากระบบ TUDC โดย นายสำรวย บานชัยภูมิ หมดอายุ 14/12/2563

คำปรารภ

นายทิม โคศิริ เป็นผู้มีถิ่นฐานอยู่ใกล้วัดสัมพันธวงศ์ ทั้งได้อุปสมบทที่วัดสัมพันธวงศ์ เมื่อลาสิกขาออกไปมีครอบครัว ก็ประกอบสัมมาอาชีพ ตั้งตนไว้ชอบดี ได้บำเพ็ญกุศลสัมมาปฏิบัติตามหน้าที่ของอุบาสก ในวัดมีธุระการงานอะไร ก็ช่วยเหลือตามสติกำลัง ตั้งแต่หนุ่มจนชรา นับว่าเป็นที่คุ้นเคยแก่ภิกษุสามเณรในวัด แลผู้ที่ได้สมาคมทั่วไป.

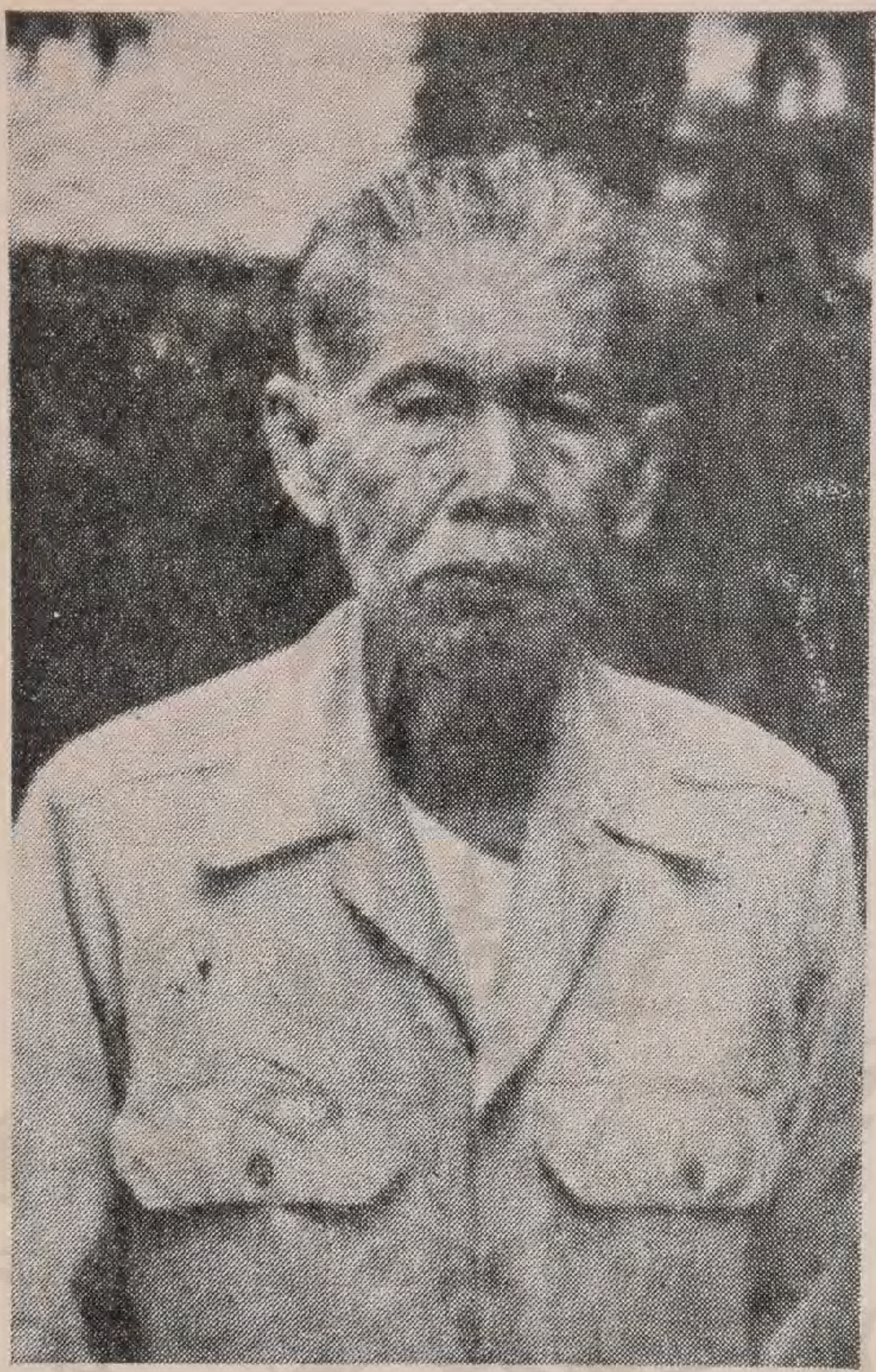
เมื่อจำต้องละไปในวัยชรา ตามธรรมดาของสังขาร ผู้ที่เกี่ยวข้องก็บำเพ็ญกุศลอุทิศกัลปนาผลส่งให้ ตามวิสัยของบัณฑิตผู้นับถือพระพุทธศาสนา ในการบำเพ็ญกุศลฌาปนกิจ คณะเจ้าภาพจึงใคร่จะพิมพ์หนังสือธัมมิกวัตต์ แสดงข้อปฏิบัติ แจกเป็นธรรมบรรณาการ เมื่อได้ทราบจึงพลอยอนุโมทนา อนุญาตให้พิมพ์ได้ เชื่อว่าจะเป็นที่พอใจ นายทิม โคศิริ ในเมื่อได้ทราบด้วยญาณวิถีทางใดทางหนึ่งแล้ว ขอประโยชนสุข

แลบุญกุศลจงสำเร็จแก่ผู้อ่านสดับแลปฏิบัติ ตลอดถึง
ผู้อนุโมทนาทั่วกัน เทอญ.

พระธรรมคณปี

วัดสัมพันธวงศ์
๒ มีนาคม ๒๔๙๗

ดาวน์โหลดจากระบบ TUDC โดย นายสำรวย บานชัยภูมิ หมดอายุ 14/12/2563



นายทิม โคศิริ

ชาตะ — พ.ศ. ๒๔๑๔

มรณะ — พ.ศ. ๒๔๙๖

ดาวน์โหลดจากระบบ TUDC โดย นายสำรวย บานชัยภูมิ หมดอายุ 14/12/2563

ดาวน์โหลดจากระบบ TUDC โดย นายสำรวย บานชัยภูมิ หมดอายุ 14/12/2563

ประวัติ

นายทิม โคศิริ

นายทิม โคศิริ เกิดที่บ้านข้างวัดสัมพันธวงศ์ (วัดเกาะ) ตำบลสัมพันธวงศ์ อำเภอสัมพันธวงศ์ จังหวัดพระนคร เมื่อ พ.ศ. ๒๔๑๔ ตรงกับปีวอก วัน ๑๐ ค่ำ เดือน ๑๐ เป็นบุตรของนายโห้ นางคล้าย และได้อุปสมบทที่วัดสัมพันธวงศ์

นายทิม โคศิริ ในเวลาที่ยังมีชีวิตอยู่ เป็นผู้มีใจโอบอ้อมอารีย์ และเป็นที่รักใคร่นับถือของญาติมิตรและเพื่อนบ้าน ใฝ่ใจในทางสงบมาตั้งแต่เยาว์วัย ไม่เคยทำให้ใครเดือดเนื้อร้อนใจ คอยแนะนำสั่งสอนให้ลูกหลานและผู้อื่นให้ตั้งมั่นอยู่ในศีลธรรม นอกจากนี้แม้แต่ในกิจการงานบางอย่างทั้งทางโลกทั้งทางธรรมที่ได้รับมอบหมายให้ทำก็ได้จัดทำให้เป็นไปด้วยดี เช่น ได้รับมอบให้เป็นกรรมการจัดการแข่งขันกีฬาตะกร้อ

ซึ่งเป็นกิพาของชาติไทยแต่ดั้งเดิมมา ก็ได้ปฏิบัติไปด้วยความเรียบร้อย เป็นที่พอใจของหัวหน้า ของบุคคลทั่วไป

เนื่องด้วยนายทิม โคศิริ ใฝ่ใจในทางสงบ ประกอบกับอยู่ใกล้ชิดกับวัดสัมพันธวงศ์ จึงเป็นผู้เอาใจใส่กิจการของวัด และตั้งมั่นอยู่ในทางธรรมอยู่อย่างเคร่งครัด โดยประกอบการกุศลเช่นการทำบุญ และจัดการกิจการกุศลต่าง ๆ ทุกครั้ง นอกจากนี้ยังทำการกุศลสาธารณะต่าง ๆ ด้วย ซึ่งตามปรกติแล้วจะต้องมาทำบุญตักบาตรและทำสังฆทานทุก ๆ ครั้งด้วยตนเอง ขยันหมั่นรักษาศีล ฟังธรรมอยู่เป็นเนืองนิจ พยายามปฏิบัติตามข้อธรรมและแนะนำให้ผู้อื่นปฏิบัติตามอยู่เสมอ ตราบจนกระทั่งเมื่อปี ๒๔๙๕ นายทิม โคศิริ ได้ป่วยเป็นโรคชรา ไม่สามารถจะไปปฏิบัติทำการบุญกุศลด้วยตนเอง ก็ยังสั่งให้บุตรภริยาไปทำบุญแทนตนเองอยู่เสมอ นายทิม ได้ป่วยเป็นโรคชราแม้

ดาวน์โหลดจากระบบ TUDC โดย นายสำรวย บานชัยภูมิ หมดอายุ 14/12/2563

ลูกหลานจะได้รักษาพยาบาลกันอย่างเต็มที่ แต่ก็ไม่สามารถที่จะคงอยู่ได้ จำต้องจากไปตามธรรมดาแห่งสังขารด้วยอาการสงบ เมื่อวันที่ ๖ เมษายน ๒๔๙๖ เวลา ๑๕.๒๐ น. คำนวณอายุได้ ๘๒ ปี นายทิม โคศิริ มีธิดาซึ่งยังคงชีวิตอยู่ในขณะนี้ คือ :—

๑. นางพันธทิพย์ สนธิสุวรรณ

๒. นางธูปทิพย์ สุวรรณการด

๓. น.ส. เชิงเทียน โคศิริ

๔. น.ส. สงกรานต์ โคศิริ

๕. ด.ญ. ไพเราะห์ โคศิริ

ด้วยอำนาจกุศลจริยาสัมมาปฏิบัติ และปุพพเปตพลีธรรมบรรณาการ ในการนี้ ขอวิบาทสมบัติอันเจริญดี จงมีแก่นายทิม โคศิริ ผู้ล่วงลับไปแล้ว เทอญ

มนู โกสุม ธ.บ.

ดาวน์โหลดจากระบบ TUDC โดย นายสำรวย บานชัยภูมิ หมดอายุ 14/12/2563

นมตฺถุ รตนตฺตยสฺส

ขอความนอบน้อมจงมีแด่พระรัตนตรัย

วัตรเวลาตื่นนอน

พอรู้สึกตัว ก็ตั้งสติระวังใจไม่ให้ไปนึกถึงเรื่องฝันและการงานอื่น ๆ ควรทำในใจว่า "ร่างกายนี้คือดินน้ำไฟลมประชุมกัน เพราะอาศัยบุญญาภิสังขารตกแต่ง ตั้งอยู่ชั่วกาลแล้วก็จักแตกสลายไป ความได้อัตตภาพมาเป็นมนุษย์อันสัตว์ได้โดยยาก ความมีชีวิตเป็นอยู่อันสัตว์ได้โดยยาก การฟังธรรมของสัตบุรุษอันสัตว์ได้โดยยาก การถึงพร้อมด้วยขณะ (คือความบริบูรณ์ด้วยอวัยวะไม่ใบ้บ้าบอดหนวก และเกิดในพระพุทธศาสนา) อันสัตว์ได้โดยยาก ความเกิดขึ้นแห่งพระพุทธเจ้าทั้งหลายอันสัตว์ได้โดยยาก เป็นลาภมากของเราแท้ที่ได้อัตตภาพเป็นมนุษย์ มีชีวิตยังเป็น

อยู่ และบริบูรณ์ด้วยอวัยวะ พร้อมด้วยกาลเป็นที่เกิดขึ้นแห่งพระพุทธเจ้า เราจะไม่คบคนพาล จะไม่ใช้ชีวิตนี้ทำบาป หรือปล่อยให้เป็นหมันเปล่าดังพวกโง่เขลา เราจะเสพบัณฑิต ใช้ชีวิตนี้สร้างบุญบารมีธรรมต่อไป ตามเยี่ยงอย่างของบัณฑิต เราจะไม่โกรธไม่ทำร้าย ไม่กล่าวร้ายหยาบคายแก่ใคร ๆ กายวาจาจิตตน จงเป็นไปเนื่องด้วยพระพุทธเจ้า พระธรรมพระสงฆ์ เป็นที่พึ่ง ตลอดกาลเนืองนิตย์เถิด."

ลำดับนี้ ทำสัญญานึกน้อมให้เหมือนเห็นพระ-พุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ เป็นธรรมชาติใสสว่างมีความรู้วิเศษทั่ว และมีอำนาจยิ่งประทับอยู่ที่หัวใจ แล้วค่อยจัดผ้านุ่งผ้าห่มให้เรียบร้อย ลุกออกจากที่ไปล้างหน้าบ้วนปาก ประกอบด้วยท่าทางองอาจแช่มช้อยโดยมีสติสัมปชัญญะทำความรู้สึกอยู่ว่า พระพุทธเจ้าและท่านผู้ทรงธรรมทั้งหลาย ท่านมีกิริยาอาการเช่นนี้.

ดาวน์โหลดจากระบบ TUDC โดย นายสำรวย บานชัยภูมิ หมดอายุ 14/12/2563

วัตรเวลาล้างหน้าบ้วนปาก

เมื่อจบภาชนะน้ำแล้ว บรรกรรมภาวนาระลึกถึงคุณพระรัตนตรัย โดยย่อหรือพิสดารตามถนัดพร้อมด้วยการอธิษฐาน แล้วล้างหน้าบ้วนปากหรือบริกรรมพลางล้างหน้าบ้วนปากพลางก็ได้ ดังจะแสดงไว้เป็นตัวอย่างในที่นี้ว่า "พระพุทธล้างหน้า พระธรรมล้างทุกข์ พระสงฆ์เพิ่มสุขสวัสดิ์มีชัย อิติปิโส ภควา ในโลกหล้าไม่มีใครสู้ได้."

มหาการุณิโก นาโถ,	พระผู้มีพระภาคเจ้า ผู้เป็นที่พึ่ง ประกอบแล้วด้วยกรุณาใหญ่
อตฺถาย หิตาย สุขาย สพฺพปาณีนํ ปูเรตฺวา ปารมี สพฺพา,	ยังพระบารมีทั้งหลายให้เต็ม เพื่อความต้องการ เพื่อประโยชน์ เพื่อความสุข แก่สรรพสัตว์ทั้งหลาย

ปตฺโต สมฺโพธิมุตฺตมํ, บัดลุแล้วซึ่งพระสัมโพธิ-
ญาณอันสูงสุด
เอเตน สจฺจวชฺเชน, ด้วยการกล่าวความสัตย์นี้
โหตุ เม ชยมงฺคลํ, ขอชัยมงคลจงมีแก่ข้าพเจ้า

จะบริกรรมทั้งภาษามคธ ภาษาไทย หรืออย่างใดอย่างหนึ่งก็ได้.

อีกอย่างหนึ่งน้อมใจนึกเอาตามความเลื่อมใสว่า "พระพุทธเจ้าทรงพระปัญญาคุณ ขจัดกิเลสเครื่องเร่าเรื่อง เครื่องหมองมัวให้สิ้นไป ทำพระองค์ให้บริสุทธิ์เองแล้ว ทรงพระกรุณาสอนผู้อื่นให้บัดลุความบริสุทธิ์ด้วย.

พระธรรมของพระผู้มีพระภาคเจ้า ประเสริฐสุด รักษาผู้ปฏิบัติไว้เป็นอย่างดี มีให้ตรัสรู้แล้วพ้นจากทุกข์ทั้งปวงได้.

พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้าปฏิบัติชอบตามพระธรรมวินัยแล้ว นำพระศาสนามาให้สำเร็จ

ความไหลจากระบบ TUDC โดย นายสำรวย บานชัยภูมิ หมดอายุ 14/12/2563

ประโยชน์เป็นอย่างดี.

ด้วยอานุภาพแห่งการระลึกชอบ โดยสัจจะเคารพของข้าพเจ้านี้ ขอพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ๓ รัตนะนี้ จงปรากฏในขันธสันดาน จงขจัดอุปัททวะทุกข์โทษภัยพิบัติ เครื่องเศร้าหมองทั้งภายนอกภายในให้พินาศเสื่อมหาย มีกายใจผ่องแผ้วแกล้วกล้า และกลับร้ายให้กลายดี เป็นศรีสวัสดิมงคล ให้ประสบอิฏฐผลไพบูลย์โดยง่าย มีชัยในที่ทุกสถาน ในกาลทุกเมื่อเทอญ" ดังนี้ก็ได้ การระลึกชอบเช่นนี้ เป็นกุศลวัตรวิธีเจริญศรัทธาสัมมาสติอย่างหนึ่ง ที่ท่านโบราณเรียกว่า เสกน้ำล้างหน้า และสอนบุตรหลานให้ทำสืบ ๆ กันมา เพื่อเป็นสิริมงคลประจำวัน.

วัตรก่อนไหว้พระเช้า

เมื่อล้างหน้าบ้วนปากเช็ดหน้าแล้ว ตั้งใจไปจัดเครื่องบูชา เมื่อไปถึงที่บูชาหน้าพระพุทธรูป กราบ

ด้วยเบญจางคประดิษฐ์ (คือเข่าทั้ง ๒ มือทั้ง ๒ และหน้าผากจดพื้น) ครั้ง ๑ แล้วจุดธูปเทียนประดับที่บูชาเสร็จ ถอยออกมาไหว้ครั้ง ๑ แล้วนั่งคุกเข่าท่าพรหมพนมมือให้งาม ยกขึ้นเพียงหน้าอกหรือเพียงราวนม ตั้งใจนอบน้อมถวายอภิวาทน์ บูชาพระรัตนตรัยและทำวัตรสวดมนต์ต่อไป ดังแสดงไว้ในภาค ๒ ภาค ๓ นั้นเป็นต้น.

การเจริญกัมมัฏฐาน

ลำดับนี้เจริญกัมมัฏฐาน ทำให้ใจสงบหมดจดจากนิวรณ์ มีกำลังมั่นคงด้วยสมถภาวนา ให้ปัญญารู้เรื่องสว่างเห็นอรรถธรรม ด้วยวิปัสสนาภาวนาตามควรแก่เวลาที่จะทำได้ (แม้เพียง ๕ นาที ๑๐ นาที ก็ยังดีกว่าไม่ทำ เพราะจะได้เป็นปัจจัยให้สมบูรณ์ในวันหน้า) ใจเหมือนนาย กายเหมือนบ่าว ถ้านายคือใจไม่ได้อาหาร มีอาการอดอยากยากจนไม่มีกำลัง

ความไหลจากระบบ TUDC โดย นายสำรวย บานชัยภูมิ หมดอายุ 14/12/2563

ทั้งโง่เง่า ก็ย่อมจะเบียดเบียนบ่าวคือกายให้ทำการผิดและทุจจริตต่าง ๆ ซึ่งต้องลำบากมากแต่ได้ผลดีน้อย มีแต่ได้ทุกข์โทษความเดือดร้อนตลอดกาลนาน และมารทั้ง ๕ ย่อมได้ช่องที่จะทำลายล้างผลาญให้ถึงความพินาศ. ส่วนนายคือใจที่ได้ธรรมปีติเป็นอาหาร มีการอบรมฝึกฝนดีแล้ว ย่อมมีกำลังกล้าหาโรคมิได้ ผ่องใสฉลาดสามารถบังคับบัญชากาย ให้ทำการงานแต่ที่ถูกและสำเร็จโดยชอบ คือประกอบไม่ผิดไม่ติดขัด การนั้นย่อมให้ผลดีเต็มที่ หรือกลับให้ผลดีมากเกินคาดหมาย ไม่ต้องลำบากกายใจทั้งตนและคนอื่น มีแต่ความแช่มชื่นเกษมสานต์ มารทั้งปวงไม่สามารถรังควานได้ และถึงซึ่งความมีชัยชนะในที่ทั้งปวง.

เพราะฉะนั้น สาธุชนผู้มีปรีชาจึงพากันยินดีในความไม่ประมาท ฝึกใจให้ฉลาดรู้จักเหตุ รู้จักผล รู้จักตน รู้จักประมาณ รู้จักกาล รู้จักบริษัท ทั้งรู้จักเลือกบุคคลที่ควรคบหรือไม่ควรคบ ทั้งมีความเคารพ

ธรรมและประพฤติตาม ให้สมกับความรู้ที่ได้ศึกษาแล้ว และมีความผ่องแผ้วสมบูรณ์ด้วยทรัพย์อันประเสริฐคือ ศรัทธา ศีล หิริ โอตตัปปะ สุตะ จาคะ ปัญญา ซึ่งสมเด็จพระบรมศาสดาตรัสว่าเป็นผู้ไม่ยากจน เป็นคนดีงามมีแต่ความสุข. เมื่อเราทั้งหลายอยากได้นายดีบ่าวดีและมีความสุข ก็พึงตั้งตนให้เป็นสาธุชนผู้ปรีชา ปฏิบัติกายวาจาใจของตนด้วยดีดังกล่าวแล้ว ก็จะได้ประสบผลพิเศษนั้นสมปรารถนา.

แต่ผู้จะเจริญกัมมัฏฐานนั้น จำต้องศึกษาให้รู้และประกอบตนด้วยองค์คุณที่สมควร คืออัปปนาโกศล ๑๐ ละปลิโพธ ๑๐ รู้จักประมาณในการบริโภคอาหาร และรู้จักหาที่นอนที่นั่งอันสงัด จึงจะได้ผลดีไม่มีอันตราย.

ดาวน์โหลดจากระบบ TUDC โดย นายสำรวย บานชัยภูมิ หมดอายุ 14/12/2563

อัปปนาโกศล ๑๐ อันเป็นเหตุให้ทำได้ถูกต้องอย่างดีนั้น คือ

๑. ทำวัตถุภายนอกภายในให้สะสวย คือทำกายใจให้เหมาะสอาดงดงามเรียบร้อยโปร่งสบาย.

๒. ฉลาดในนิมิตร์ คืออารมณ์ที่หมาย ได้แก่ บริกรรมนิมิตร์ อุคคหนิมิตร์ ปฏิภาคนิมิตร์.

๓. ทำอินทรีย์ให้เสมอกัน คือทำศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญาให้เสมอกัน.

๔. ควรยกย่องก็ยกย่อง คือใจเหี่ยวสลดท้อแท้อยู่แล้ว ควรพิจารณาความดีที่ทำให้เกิดปีติรื่นรมย์ เช่นเจริญพระพุทธคุณ ธรรมคุณ สังฆคุณ หรือนึกถึงบารมีธรรมอย่างประเสริฐที่ได้บำเพ็ญไว้ อันเป็นคุณวิเศษที่สัตว์หาได้โดยยาก และเราก็เป็นมนุษย์ผู้หนึ่งเป็นต้น.

๕. ควรข่มก็ข่ม คือเมื่อใจพุ่งไปในกาม หรือ

พยาบาท หรือมัวเมาประมาทดูหมิ่นผู้อื่น ก็นึกถึงมรณะสติ พระไตรลักษณะ และเพ่งโทษตน โดยเทียบกับพระสาวกผู้พิเศษ.

๖. ควรให้ชื่นก็ให้ชื่น คือใจแช่มชื่นอยู่ในกุศลธรรมอย่างใดไม่เป็นไปเพื่อโทษ ก็พึงตั้งใจสนับสนุนให้ทำอย่างนั้น ให้แนบเนียนให้ดียิ่งขึ้น.

๗. ควรเพ่งดูก็เพ่งดู คือกายใจดำเนินในคลองธรรมถูกต้องดีแล้วหรืออย่างไร ก็พึงเพ่งดูเพื่อจะได้มั่นในความดี ไม่ผิดพลาด.

๘. เว้นคนมีจิตต์ไม่มั่นคง คือเว้นคนใจเบา เหลาะแหละ มักง่าย ไม่มีสัจจะ จิตจางเร็วเสีย ไม่คบค้าสมาคมกับคนเช่นนั้น และไม่คบโทษเช่นนั้นไว้ในตนอันจะทำให้เป็นคนสันดานทรามทำความดีไม่ได้.

๙. เสพผู้มีจิตต์มั่นคง คือผู้มีจิตต์แกล้วกล้าอดทนไม่จิตจางเร็ว มีสัจจะไม่มักง่าย คบคนเช่นนี้ไว้เป็น

ความโหลดจากระบบ TUDC โดย นายสำรวย บานชัยภูมิ หมดอายุ 14/12/2563

มิตร คบคุณเช่นนี้ไว้ในจิตต์ อันเป็นเหตุให้เป็นคนสันดานดี มีสัจจะมั่นคงสามารถสร้างบารมีให้เต็มได้.

๑๐. รักใคร่ในอัปปนาสมาธิ คือรักใคร่ในความที่ใจสงบอย่างแนบแน่น.

ปลิโพธกังวลเหตุทำให้เนิ่นช้าไม่สงบ ซึ่งควรปลดเปลื้องให้ห่างไกล (แม้เพียงชั่วขณะก็ยังดีนั้น) คือ

๑. กังวลอยู่ด้วย ที่อยู่
๒. ,, ,, ตระกูล
๓. ,, ,, ลาภสักการ
๔. ,, ,, หมู่คณะ
๕. ,, ,, กิจการงาน
๖. ,, ,, เดินทางไกล
๗. ,, ,, ญาติ
๘. ,, ,, ความเจ็บไข้

๙. กังวลอยู่ด้วย การเล่าเรียนศึกษา

๑๐. " " การเจริญฤทธิ์รักษาฤทธิ์.

เมื่อประกอบด้วยองคคุณ คืออัปปนาโกศล ๑๐ และกำหนดละปลิโพธ ๑๐ นี้ได้แล้ว บริโภคอาหารแต่พอสมควร ไม่ให้มากนักน้อยนัก ระวังธาตุให้ปกติอย่าให้พิการได้.

อนึ่งที่นั่งที่นอนอันสงัด สำหรับคฤหัสถ์ผู้ครองเรือนจะเลือกให้ได้ตามแบบเป็นการยาก แต่ผู้ฉลาดพอหาได้ คือเช้าตื่นนอนเสียก่อนพวกลูกเล็กเด็กแดงจะตื่น เช่น ๑๐ ทุ่ม ๑๑ ทุ่ม ลุกขึ้นทำหน้าของตน ทำใจให้รู้สึกเหมือนตนอยู่ในวิมานบนสวรรค์แต่คนเดียว เพราะในที่สุดเราจะต้องไปคนเดียว ถ้าลูกหลานเผอิญตื่นขึ้นหรือปลุกให้ตื่นขึ้นแล้ว ก็ชักชวนให้สวดมนต์ไหว้พระและนั่งพิจารณากัมมัฏฐานตามควร. ในเวลาเย็นค่ำเมื่อเลิกการงานบริโภคอาหารแล้ว ชวนประชุมไหว้พระสวดมนต์ภาวนาพร้อม ๆ กันในที่ควร ก็จะได้

ดาวน์โหลดจากระบบ TUDC โดย นายสำรวย บานชัยภูมิ หมดอายุ 14/12/2563

ความสงบสงัด หรือเมื่อพวกเด็กเล็กนอนหลับก็ลงมือ อธิษฐานใจให้เหมือนตนได้ขึ้นอยู่ในวิมานคนเดียว ก็จะชื่อว่ารู้จักหาโอกาส พอให้ได้เจริญภาวนากัมมัฏฐาน อันเป็นกิจสำคัญสำหรับชีวิตของตน. ฝ่ายผู้อยู่วัด ถ้าไม่เกียจคร้านหรือประมาทเสียแล้ว ก็ย่อมจะหาโอกาสหาที่สงัดได้ง่ายกว่าคฤหัสถ์มาก ไม่พักต้องกล่าวถึง อาจทำทั้งกลางวันและกลางคืนก็ได้ ผู้ไม่ประมาทฉลาดประกอบด้วยองคคุณดังนี้ ย่อมไม่มีภัยอันตราย ย่อมได้ประสพคุณธรรมความสุขสมประสงค์.

การเจริญกัมมัฏฐานภาวนานั้น ครั้งพุทธกาลไม่ปรากฏว่ามีวิธีอาราธนา แต่พระอาจารย์ผู้สอนกัมมัฏฐานโดยมาก ท่านสอนให้อาราธนาก่อน มีวิธีต่าง ๆ กัน มีให้หาธูปเทียนข้าวตอกดอกไม้อย่างละ ๕ บ้าง ๑๐ บ้าง บางท่านให้มีเทียนหนัก ๑ บาทและใช้ไส้ ๓๒ เส้นด้วยเป็นต้น ให้กระทำการบูชาพระรัตนตรัย ทำ

สมุดหนังสืออนุสรณ์งานศพ วัด...

วัตรแล้วกล่าวคำอาราธนา ย่อบ้างพิสดารบ้างตาม
ความนิยมของอาจารย์นั้น ๆ เห็นว่าเป็นวิธีอบรม
อินทรีย์ของผู้ที่ยังอ่อน ให้แก่กล้ามั่นคงในการเจริญ
ภาวนาดีอยู่ สมควรที่ผู้แรกปฏิบัติจะรู้และทำก่อน
แต่เพื่อจะไม่ให้ยืดยาว จะรวมกล่าวตามเค้าของท่าน
อาจารย์เหล่านั้น เอาแต่ใจความฉะเพาะที่ต้องการ
และเพิ่มเติมข้อที่ควรคำนึงถึง ซึ่งยังไม่มีเข้าให้ได้
เนื้อความบริบูรณ์ตามประสงค์ พอสำเร็จประโยชน์
แก่ผู้ต้องการดังต่อไปนี้

ผู้แรกปฏิบัติ เบื้องต้นควรจัดเครื่องสักการะเป็น
อย่างดี ตามความพอใจตามความสามารถของตน
(ตามที่นิยมกันมาดังกล่าวแล้วอย่างใดอย่างหนึ่ง)บูชา
เพื่อเป็นเครื่องอุดหนุนน้ำใจ ให้ความเลื่อมใสปรากฏ
เมื่อบูชาด้วยสักการะภายนอกแล้ว (หรือขวนขวาย
แล้วไม่ได้ครบหรือไม่มีบูชาก็ตาม) แต่นั้นควรอธิษ-
ฐานตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ อันเป็นสมบัติที่รักของ

ดาวน์โหลดจากระบบ TUDC โดย นายสำรวย บานชัยภูมิ หมดอายุ 14/12/2563

ตน ให้เป็นเครื่องสักการะภายใน ถวายเป็นพุทธบูชา ธรรมบูชา สังฆบูชา อีกวาระหนึ่ง เพื่อจะให้จิตต์เบิกบานกล้าหาญด้วยดี เมื่อบูชาทำวัตรแล้วจึงกล่าวคำอาราธนาด้วยศรัทธา ทำสัญญาในใจ เหมือนได้กล่าวปฏิญญาตน ในที่ฉะเพาะพระพักตร์พระบรมศาสดาพร้อมด้วยพระธรรมและพระสงฆ์ดังนี้

คำอาราธนากัมมัฏฐาน

ข้าพเจ้าจักเจริญกัมมัฏฐานภาวนา บูชาพระรัตนตรัยอุดม สังสมทศบารมีธรรม บำเพ็ญอิทธิบาททั้ง ๔ บ่มอินทรีย์ให้แก่โดยกาล สังหารนิวรณ์ ๕ ให้หาย สืบสายวิตกวิจารปีติ สิริร่วมสุขเอกัคคตา ต่อมาให้ถึงฌาน ๔ พร้อมด้วยวสีทั้ง ๕ เดินมรรคาพระอริยสมังคี ล้างธุลีกิเลสให้สูญ ตัดมูลอาสวะอนุสัย ห่างไกลสังโยชน์ทั้งปวง ล่วงถึงประโยชน์ยิ่งใหญ่ ขอคุณพระรัตนตรัย คุณไท้อธิราชเทวา คุณมารดา

บิดาครูอาจารย์ คุณความดีทุกประการ จงมาเป็นที่พึ่งแก่ข้าพเจ้า บันเทาทุกข์ร้อนเหือดหาย ทำลายมาร ๕ ให้พินาศ ปราศจากภยันตรายนิรันดร์ เกษมสันต์ประสบสิ่งเสมอใจ สมมุ่งหมาย ณ กาลบัดนี้เทอญ. (กราบครั้งหนึ่งแล้วนั่งเจริญกัมมัฏฐาน)

วิธีนั่งกัมมัฏฐานและน้อมใจนึก

นั่งพับพนัญเชิงสมาธิ เท้าขวาทับเท้าซ้าย มือขวาทับมือซ้าย พอปลายนิ้วชี้ชนปลายนิ้วแม่มือ ตั้งตัวให้ตรงเพ่งดูในกาย ให้เห็นเหมือนพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ มาประทับเต็มอยู่ในภายในกายใจ คุณท่านมารดาบิดาครูอาจารย์และท่านผู้มีบุญทั้งหลาย ก็มาห้อมล้อม คอยป้องกันรักษามิให้เป็นอันตราย คอยตักเตือนเราไม่ให้เชือนแชออกนอกทาง และพิจารณาบารมี ๑๐ ที่ได้บำเพ็ญไว้ในปางก่อน และบำเพ็ญให้ยิ่งต่อไป คือ

ดาวน์โหลดจากระบบ TUDC โดย นายสำรวย บานชัยภูมิ หมดอายุ 14/12/2563

๑. ทาน การสละกำลังกาย กำลังใจ กำลังทรัพย์ให้ปัน และสละเครื่องผูกพันทั้งปวง

๒. ศีล เจตนาเว้นจากบาป ด้วยกลัวและละอายรักษากายวาจาให้ปกติเรียบร้อย.

๓. เนกขัมมะ ออกจากกามความใคร่ตัดเยื่อใยในเบญจพิธกาม มุ่งหมายความรู้ความสงบ.

๔. ปัญญา ความรอบรู้ซึ่งสังขารตามเป็นจริงทั้งเหตุปัจจัยและลักษณะ และรู้วิสังขารและวิราคะ.

๕. วิริยะ ความเพียรแกล้วกล้า ในการละบาปบำเพ็ญบุญรักษากุศล.

๖. ขันติ ความอดกลั้นทนทาน เผาผลาญบาปอกุศล และเพิ่มพูลบารมี.

๗. สัจจะ ความจริงความซื่อตรง ความตั้งใจหาความจริง ประพฤติจริงพร้อมด้วยกายวาจาใจ.

๘. อธิษฐาน ความตั้งใจมั่นในการดีและหน้าที่.

๙. เมตตา ปรารถนาให้ได้สุข ทั้งช่วยด้วยกำลัง

กายวาจา กำลังสติปัญญา และกำลังทรัพย์.

๑๐. อุเบกขา ความไม่ยินดียินร้ายในสิ่งที่ไม่ใช่วิสัย ตลอดถึงอารมณ์ทั้งปวงที่ประสบ.

เหล่านี้ให้เห็นเป็นคุณมีในใจ เหมือนรสยาในเนื้อไม้ อันสามารถกำจัดโรคให้หาย ภัยอันตรายเหตุขัดข้องทั้งหลายย่อมพินาส ด้วยอำนาจบารมีที่บำเพ็ญมา แล้วเจริญภาวนากัมมัฏฐานตามจริตของตน หรือจะตรวจแต่ศีลที่ได้รักษาสมาทาน ตามชั้นของตนให้บริสุทธิ์ก็ได้ ถ้าเห็นด่างพร้อยขาดวิ่นสมควรจะแสดงคืนหรือขอสมาทานอธิษฐานใหม่ ก็พึงทำตามเหตุตามเพศภูมิของตน เมื่อเพ่งศีลของตนเห็นบริสุทธิ์แล้ว แต่นั้นจึงพิจารณาธรรมที่ควรแก่จริตของตนคือ

๑. ถ้าเป็นคนราคจริต มักทำผิดเพราะกำหนัดยินดีรักสวยรักงาม ควรพิจารณากายคตาสติ หรืออสุภกัมมัฏฐานเป็นต้น.

๒. ถ้าเป็นคนโทสจริต มักทำผิดเพราะหงุดหงิด

ดาวน์โหลดจากระบบ TUDC โดย นายสำรวย บานชัยภูมิ หมดอายุ 14/12/2563

โกรธง่าย ควรเจริญเมตตาพรหมวิหาร.

๓. ถ้าเป็นคนโมหจริต มักทำผิดเพราะเขลา งมงาย พึงแก้ด้วยการเรียนการถาม การฟังธรรม-เทศนา สนทนากับครู ในเวลานั่งกัมมัฏฐานพึงตั้งปัญหาถามตนและคิดตอบเอง เหมือนครูกับศิษย์สนทนากัน เช่นจะถามว่าคนมีศีลดี หรือคนทุศีลดี คนมีศีลมีสุข หรือคนทุศีลมีสุข คนทำตามกิเลสกับคนทำตามคำสอนของพระพุทธเจ้า ใครจะดีกว่ากัน พระพุทธเจ้าท่านฆ่าคือทิ้งคนเช่นไรเสีย และท่านอุปถัมภ์คือยกคนเช่นไร คนรู้ว่าชั่วแต่ยังฝืนทำ รู้ว่าดีแต่ไม่ทำ เป็นคนดีหรือเลว คนใจเด็ดสละความชั่วได้และทำความดีสำเร็จสมแก่ความรู้ เขาเป็นอะไร เราจะทำอย่างไรต่อไป ? เราต้องการเป็นคนเลวหรือคนดี เมื่อเราตั้งข้อถามดังนี้เป็นต้น และพิจารณาเห็นด้วยปัญญาแล้วจึงตอบเป็นข้อ ๆ ไป ก็จะกลับสันดานของตนให้เป็นคนดีได้ และจะถามต่อไปอย่างไรก็ได้

แต่ให้ถามเป็นสองทางดังนี้ตอบง่าย.

๔. ถ้าเป็นคนวิตกจริต มักทำผิดเดือดร้อนเพราะนึกพล่าน พึงเพ่งกสิณหรืออานาปานสติ.

๕. ถ้าเป็นคนศรัทธาจริต มักทำผิดเพราะเชื่อง่าย พึงเจริญพุทธคุณ ธรรมคุณ สังฆคุณเป็นต้น.

๖. ถ้าเป็นคนพุทธจริต มักทำผิดเพราะใช้ความรู้ความคิดของตนเกินไป ควรเจริญพระไตรลักษณ์ ธาตุกัมมัฏฐาน สติปัฏฐานเป็นต้น.

อนึ่ง ท่านว่าอานาปานสติ ควรแก่จริตของคนทุกจำพวก เป็นยอดกัมมัฏฐาน. ประการหนึ่งเมื่อผู้ใดคุ้นเคยกัมมัฏฐานอย่างไหน ๆ เป็นที่สบายของตน จักเจริญกัมมัฏฐานอย่างนั้นก็ได้ เมื่อพิจารณาเห็นกาลเวลาและความสามารถว่า ควรจักนั่งนานสักเท่าไร พึงอธิษฐานว่า ข้าพเจ้าจักนั่งชั่วเวลาเท่านั้น เช่น ๑๐ นาที ๑๕ นาที หรือชั่วเล่มธูป ตลอดถึง ๒-๓ ชั่วโมง วัน ๒ วัน ก็จงทำให้ได้จริง ยิ่งทำให้ตรงเวลาเสมอ

ดาวน์โหลดจากระบบ TUDC โดย นายสำรวย บานชัยภูมิ หมดอายุ 14/12/2563

ได้เป็นดี แต่อย่าทำด้วยอำนาจตัณหาที่อยากจะให้เป็น หรืออยากจะเห็นอารมณ์ที่ดี อย่าหลงอารมณ์ที่มาปรากฏในเวลาเมื่อจิตตั้งสงบ จะเป็นอารมณ์ที่ดีหรือเลวทรามอย่างใดก็ตาม พึงทำความเข้าใจรู้ไว้ว่านั่นของไม่จริง ไม่เที่ยงเป็นทุกข์เป็นอนัตตา มาปรากฏชั่วกาลแล้วก็จะดับไป อย่ายินดียินร้าย เพ่งดูไปด้วยสติปัญญา อารมณ์ที่มาปรากฏนั้นก็จะดับไปในไม่ช้า พึงทำที่ง่ายไปหายาก จนกว่าอินทรีย์ ๕ จะแก่กล้ามีกำลังเสมอกัน ก็จะตัดกิเลสในสันดานให้สิ้นไป อย่าทำให้ลำบากกายใจจนเกิดความท้อถอย ควรทำให้เหมือนพี่เลี้ยงเด็กน้อย ที่ต้องคอยระวังสั่งสอนแนะนำปลอบโยนเอาใจ ให้ทำกิจที่พอสมควรแก่กำลัง เมื่อโตใหญ่ก็ทำดีได้โดยลำดับ จนถึงไม่มีผู้คอยบังคับสั่งสอน ก็ทำได้ดีเรียบร้อย.

วัตรเมื่อนั่งกัมมัฏฐานแล้ว

เมื่อบำเพ็ญกัมมัฏฐานพอควรแก่เวลาแล้วตรวจน้ำใจความว่า "ข้าพเจ้าขอแผ่เมตตาจิตต์ อุทิศส่วนกุศลให้แก่ท่านผู้มีคุณ คือมารดาบิดาอุปัชฌายะอาจารย์ ภิกษุสามเณร อุบาสกอุบาสิกา ตลอดถึงเทวดา มนุษย์ อมนุษย์ และสรรพสัตว์ ซึ่งมีความเกิดแก่เจ็บตายด้วยกัน ขอจงโมทนาเพื่อให้บัลลุความสุขสวัสดิ์ เป็นผู้ไม่มีภัยไม่มีเวรแก่กัน จงรักษาตัวให้เป็นสุข ได้ประสบส่วนที่ปรารถนาเป็นประโยชน์เป็นธรรม และจำเริญถึงได้ความบริสุทธิ์ทั่วหน้ากันเทอญ". (จะแผ่ตามคาถาตรวจน้ำหรือกรณียเมตตสูตรก็ได้) แล้วตั้งสัจจอธิฐานว่า "ด้วยอำนาจบุญกุศลที่ข้าพเจ้าบำเพ็ญแล้วทุกประการ ขอคุณพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ คุณมารดาบิดาอุปัชฌายะอาจารย์ และบุญกุศลที่ข้าพเจ้าทำไว้ จงมาปรากฏในใจของข้าพเจ้า ขอให้ข้าพเจ้ายินดีในสัมมาปฏิบัติ คือประพฤติชอบ

ดาวน์โหลดจากระบบ TUDC โดย นายสำรวย บานชัยภูมิ หมดอายุ 14/12/2563

ด้วยกายวาจาใจ ละอายต่อบาป กลัวต่อบาป และไม่โกรธ อดทนแกล้วกล้า มีสติสัมปชัญญะ ถึงพร้อมด้วยอรรถ ธรรม นิรุตติ ปฏิภาณ สามารถรู้เท่าทันเหตุการณ์ ประพฤติกายให้เรียบร้อย กล่าววาจาแต่ที่ไพเราะเป็นสัตย์เป็นธรรม คิดนึกแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์เป็นธรรม ตามเยี่ยงย่างของบัณฑิตพุทธสาวก เป็นที่รักที่เจริญใจของมารดาบิดาครูอาจารย์และเทวดามนุษย์ทั้งปวง ล่วงพ้นทุกข์ภัยข้อขัดข้องต้องประสงค์ใดเป็นประโยชน์เป็นธรรม จงสำเร็จสมปรารถนาทุกประการเทอญ". แล้วกราบ ๕ ครั้งคือ พระพุทธเจ้าครั้ง ๑ พระธรรมครั้ง ๑ พระสงฆ์ครั้ง ๑ คุณมารดาบิดาครั้ง ๑ คุณอุปัชฌายอาจารย์ครั้ง ๑ แล้วจึงค่อยออกจากที่ ด้วยท่าทางสง่าผ่าเผยแช่มชื่นโดยมีสติรู้สึกอยู่ว่า เราออกจากที่นี้พร้อมด้วยคุณพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ และคุณมารดาบิดาอุปัชฌยะอาจารย์ คอยรักษาเราอยู่ทั้งกายวาจาใจ. เราจะ

ทำอะไรก่อนดี จะพูดอย่างไรก่อนดี และวันนี้เราจะทำอะไรบ้าง ใคร่ครวญแล้วจึงทำโดยลำดับตามการที่ควร.

วัตรเวลาอาบน้ำ

พึงตั้งสติทำในใจว่า "เราจะอาบน้ำชำระกายคือรูปธาตุนี้ อันเป็นที่รับรองคุณพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ให้ปรากฏ รับรองเกียรติยศและคุณความดีของท่านมารดาบิดาครูอาจารย์สืบมา ให้สะอาดเยือกเย็นเป็นผาสุกเนื่องถึงใจ น้ำเป็นธรรมชาติชำระล้างมลทินและแก้ร้อนกระวนกระวายภายนอกชั่วคราว แต่พระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ ชำระมลทินและแก้ร้อนภายในได้เนืองนิตย์ ข้าพเจ้าจักชำระจิตตสันดานภายในด้วยคุณธรรม ให้ผ่องใสได้สุขเนื่องถึงกายด้วยน้อมคุณพระรัตนตรัยมาโสรจสรง ดังอาบน้ำจำนงความสบายสะอาด ให้กายใจควรเป็นภาชนะบัญจุคุณธรรม.

ดาวน์โหลดจากระบบ TUDC โดย นายสำรวย บานชัยภูมิ หมดอายุ 14/12/2563

เมื่อเสร็จการอาบน้ำแล้วผลัดผ้านุ่ง พึงทำสติว่า "เรานุ่งห่มเพื่อจะปกปิดความละอาย ป้องกันอันตรายหนาวร้อน ประดับร่างอันเป็นของไม่สะอาดนี้ พอให้สมกับเพศภูมิของผู้ที่ประพฤติธรรม.

วัตรเวลาบริโภคอาหาร

บรรพชิตมีพิจารณาตามปฏิสังขาโยนิโส. บทบิณฑ์อย่แล้ว ถ้าฆราวาสผู้คันเคยหรือพอใจจะพิจารณาตามเนื้อความนั้นได้ก็ดี ถ้าไม่เคย พึงตั้งสติทำในใจว่า "เราจะเลี้ยงร่างกายนี้ อันเป็นส่วนที่มารดาบิดามอบให้มา ให้เป็นอยู่โดยผาสุกบริสุทธิ์ เราจะไม่บริโภคอาหารที่เสร้าหมอง ที่ได้มาด้วยการทุจริตเบียดเบียฬ จะไม่บริโภคด้วยความเมาหลงในรสอาหาร เพื่อเล่นเพื่อสนุก หรือเพื่อบำรุงกำลังไว้ทำบาป และไม่ใช่จะให้เป็นอยู่เพียงเพื่อกินเช่นหมู เราจะไม่กินเพื่อเลี้ยงสัตว์ที่เลวทรามไว้ เราจะไม่กิน

บาปอันเป็นการเลี้ยงทุกข์ ซึ่งคนเขลาเข้าใจว่าเลี้ยงตนไว้. เราจะกินแต่อาหารที่บริสุทธิ์ซึ่งได้มาโดยบุญโดยสุจริตธรรม จะกินด้วยมีสติปัญญาพิจารณาให้รู้จักประโยชน์ เหมือนกินบุญกินวิชชาความรู้ เพื่อให้รูปธาตุนี้ทรงไว้ซึ่งคุณแห่งพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ และทรงคุณท่านมารดาบิดาครูอาจารย์ไว้ พระคุณทั้งหลายนั้น ๆ ย่อมตั้งอยู่ปรากฏแพร่หลายเนื่องด้วยความเป็นอยู่แห่งชีวิตอินทรีย์นี้ เราจะกินด้วยเจตนาดี เลี้ยงรูปนี้ไว้เหมือนได้เลี้ยงพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ และเลี้ยงท่านมารดาบิดาครูอาจารย์ และท่านสัตบุรุษทุกเวลา".

วัตรเวลาออกจากถิ่นที่ไปสู่ถิ่นอื่น

ทำความนอบน้อมเคารพพระรัตนตรัย และคุณมารดบิดาครูอาจารย์แล้ว ทำในใจโดยแยบคายให้เห็นเหมือนว่า "พระพุทธเจ้ามาประทับอยู่เบื้องบน

ความไหลจากระบบ TUDC โดย นายสำรวย บานชัยภูมิ หมดอายุ 14/12/2563

พระธรรมบัญจุเต็มอยู่ในท่ามกลาง พระสารีบุตรมาประทับอยู่เบื้องขวา พระโมคคัลลานะมาประทับอยู่เบื้องซ้าย พระมหากัจจายนะมาประทับอยู่เบื้องหน้า พระมหากัสสปะมาประทับอยู่เบื้องหน้า คุณมารดาบิดาครูอาจารย์และบัณฑิตทั้งหลาย มาห้อมล้อมอยู่รอบข้าง คอยรักษาป้องกันภยันตรายไม่ให้มาเบียดเบียฬ และคอยที่จะตักเตือนไม่ให้เราทำผิดคิดร้ายเป็นมงคลที่จะนำเราไปเพื่อประสบความเจริญสุขสวัสดิ์อันอุดม เราจะเป็นผู้มีสติ ใช้ความรู้ประพฤติชอบตามแบบอย่างของท่านบัณฑิตผู้สัตบุรุษ โดยความเคารพต่อพระธรรมและท่านผู้ทรงคุณทั้งหลาย ที่ได้ห้อมล้อมรักษาเราอยู่นี้ ตลอดกาลเนืองนิตย์". แล้วจึงค่อยย่างเท้าก้าวจากที่ไปด้วยความองอาจแช่มชื่นทั้งตั้งใจที่จะระลึกรู้เห็นอยู่เช่นนั้นเสมอ.

วัตรเมื่อกลับมาถึงถิ่นที่อยู่

พึงพิจารณาธรรมในใจว่า "เราไปและกลับมาแล้วพร้อมด้วยพระคุณทั้งหลาย ปลอดจากภัยนตราย และได้ลาภผลคุณความดีมีสุขดังนี้ เพราะตั้งตนไว้ในธรรมตามเยี่ยงอย่างของบัณฑิต โดยเคารพต่อพระธรรมและท่านผู้ทรงคุณธรรมทั้งหลาย".

ถ้าหากไปได้ความทุกข์ร้อนเสื่อมลาภผลคุณความดี ก็พึงรู้ตัวว่าเพราะไปประพฤติไม่ดี ไม่มีความเคารพยำเกรงท่านผู้ทรงธรรม (แม้เพียงนึกด้วยใจไม่ปรากฏทางกายวาจาก็ชื่อว่าเป็นกรรม) เพราะนำเอาสิริมงคลไปทิ้งเสีย จึงต้องประสบส่วนที่ไม่น่าปรารถนาพึงพิจารณาให้เห็นโทษของตนแล้ว ติเตียนตนหรือตักเตือนให้ได้สติรู้สึกตัวว่า กรรมชั่วทุจริตขาดเมตตาจิตต์และประมาท เป็นกิริยาของคนพาล มีแต่จะต้องรับผลที่ไม่น่าปรารถนามาเป็นเครื่องตอบแทน. หากพิจารณาไม่เห็นว่าได้กระทำชั่วในวันนั้น พึงสันนิษฐาน

สำเนาจากระบบ TUDC โดย นายสำรวย บานชัยภูมิ หมดอายุ 14/12/2563

เห็นว่า คงเนื่องมาแต่เหตุในวันก่อน เดือนก่อน ปีก่อน หรือชาติก่อน เพราะกรรมชั่วให้ผลเป็นทุกข์ กรรมดีให้ผลเป็นสุข แล้วแต่จะได้ช่องให้ผลเป็นของจริง เราจะสำรวมระวังความชั่ว และประพฤติดี โดยความเคารพในคุณธรรมต่อไปดังนี้

กิจเบื้องต้นก่อนทำวัตรค่ำสวดมนต์

พึงรีบจัดการงานให้เสร็จก่อนเวลาที่กำหนดว่าจะทำวัตรค่ำ หากการงานมากทำไม่สำเร็จ ก็พึงหักใจพักไว้ก่อนโดยทำความรู้สึกว่า การงานในโลกนี้ เราจะทำไปตลอดร้อยปีพันปีก็ไม่สำเร็จ คนในโลกนี้ต้องละการงานที่ยังทำไม่สำเร็จตายไปแล้วเป็นอันมาก เราก็แลเห็น บัดนี้จวนถึงเวลาที่จะไปเฝ้าปฏิบัติพระพุทธเจ้า พระธรรม และพระสงฆ์ ตามปฏิญญาว่าเราเป็นข้าเป็นทาสของท่าน ท่านเป็นเจ้าเป็นใหญ่เป็นที่พึ่งอย่างประเสริฐของเราไม่มีใครสู้ เราจะไปเกิดใหม่

เป็นชาวสวรรค์ผู้ทรงธรรม จะปฏิบัติบูชาพระรัตนตรัย และท่านผู้มีคุณมีมารดาบิดาครูอาจารย์เป็นต้น เพิ่มพูลบารมีของตนตามกาล แล้วทำความกล้าหาญตัดใจมาจัดเครื่องสักการบูชา นมัสการพระและบูชาต่อไป เหมือนกิจที่ทำในเวลาเช้าแล้ว ทำวัตรค่ำสวดมนต์และฟังธรรมเทศนา เจริญภาวนาต่อไปตามควรแก่เวลา.

ฟังเทศนา

การฟังพระธรรมเทศนาประจำวัน ถ้าบ้านอยู่ใกล้วัด จะมาประชุมกันทำวัตรสวดมนต์ที่ศาลาการเปรียญในวัด แล้วนิมนต์พระเทศน์ก็ควร แต่บ้านอยู่ห่างเป็นการยากที่จะมาวัดทุกวัน ก็ควรประชุมกันทำวัตรสวดมนต์ในบ้าน และให้คนในบ้านอ่านหนังสือธรรมวันละ ๒-๓ หน้า หรือ ๑๐ นาที ๑๕ นาทีก็ยังดี แม้วัดก็น่าที่พระจะผลัดกันเทศน์ประจำวันเสมอ จะได้เป็นประโยชน์ทั้งภิกษุสามเณรและชาวบ้าน. เวลาฟัง

ดาวน์โหลดจากระบบ TUDC โดย นายสำรวย บานชัยภูมิ หมดอายุ 14/12/2563

เทศน์จงตั้งใจลงให้เป็นหนึ่งแน่ ระวังอย่าให้แส่ไปในอารมณ์อื่นทั้งที่ล่วงมาแล้วและที่ยังไม่มาถึง ให้นึกเหมือนกิจอื่นไม่มีประโยชน์เลย ทำความรู้สึกให้หมือนท่านผู้เทศน์พูดกับเราฉะเพาะตัว หรือให้เหมือนเราพูดแก่ตัวเราเอง เมื่อกล่าวถึงคุณหรือโทษ และกิริยาอาการของผู้ประพฤติผิดธรรม และประพฤติถูกธรรม ก็เพ่งดูที่กายจิตต์สันดานของเราเหมือนกลับลูกตาเข้าข้างใน หรือเอาข้างในออกดู ให้รู้สึกเห็นอยู่ว่าพูดถึงเรื่องในร่างกายจิตต์ใจของเราทั้งนั้น เพราะพระธรรม ๘๔,๐๐๐ พระธรรมขันธ์ ที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงทรงบัญญัติ ทรงหมายถึงเบ็ญจขันธ์ทั้งสิ้น ตั้งสติกำหนดจำใจความแห่งพระธรรมเทศนาไว้ให้ได้จะได้เป็นเหมือนไม้เท้าหรือแผนที่ อันจะให้เราดำเนินไปตามทางที่ถูกถึงที่ประสงค์ ซึ่งนับว่าเป็นองค์ของบัณฑิตที่เรียกว่า ธตา ผู้ทรงธรรม.

วิจารณ์เทศนา

เมื่อจบเทศนาแล้ว ควรพิจารณาสอบกันดูว่าใจความจะถูกต้องดีหรือไม่ ถ้าจำได้ดีก็จะมีประโยชน์แก่ผู้ที่ยังจำไม่ได้ ถ้าจำไม่ได้เมื่อพูดขึ้นบางทีจะมีผู้ช่วยต่อให้หรือเกิดปฏิภาณให้จำได้แม่นยำ ที่เรียกว่า วจสาปริจิตา สะสมไว้ด้วยวาจา อันนับว่าเป็นองคคุณของบัณฑิตอีกประการหนึ่ง เมื่อจำได้ดี คราวนี้สมควรที่จะเพ่งพิจารณาค้นหาเหตุผลให้ทราบประจักษ์ด้วยใจที่เรียกว่า มนสานุเปกฺขิตา อันเป็นองค์ของบัณฑิตข้อที่ ๓ เพื่อให้ชัดเจนแจ่มแจ้งแทงตลอดสุดสิ้นความสงสัยทั้งธรรมชั้นต่ำและชั้นสูง สามารถจะปฏิบัติให้ถูกต้องตามพุทธประสงค์ ต้องขบด้วยทิฏฐิที่เรียกว่า ทิฏฺฐิยา สุปฏิวิทฺธา อันเป็นองค์ของบัณฑิตข้อที่ ๔ จึงจะได้ประสบอานิสงส์ไพบูลย์.

ดาวน์โหลดจากระบบ TUDC โดย นายสำรวย บานชัยภูมิ หมดอายุ 14/12/2563

ธรรมสากัจฉา

การพูดธรรมปุจฉาวิสัชชนา โดยเป็นการหารือไม่แข่งดี เป็นเหตุให้เกิดปฏิภาณแจ่มแจ้ง และเพิ่มความกำหนดจดจำให้ดีขึ้น จึงมีพระพุทธานุญาตให้พุทธบริษัทประกอบโดยควรแก่กาล ดังมาในมงคลสูตรว่า กาเลน ธมฺมสากจฺฉา เอตมฺมงฺคลมุตฺตมํ การพูดธรรมโดยกาลเป็นเหตุเครื่องเจริญอย่างยิ่ง แต่การสากัจฉาจะให้ได้ประโยชน์จริง ต้องถามและตอบโดยสุภาพฐานปรึกษาหารือ เพื่อเทียบเคียงด้วยอุปมาดังพระศาสดาตรัสแก่พระสาวก หรือพระสาวกกล่าวกะพระสาวก เช่นพระสารีบุตรและพระมันตานีบุตรสนทนากัน มีลักษณะยกย่องเคารพพอควร ไม่ใช่จะเอาแพ้เอาชนะและเกณฑ์ให้เชื่อ ใช้เสียงพอควรไม่ให้ดังเกินไป ไม่ให้เบาเกินไป พอให้ฟังเข้าใจชัด เมื่อพูดพอควรแก่เหตุการณ์ ย่อมเป็นเหตุสมานไมตรีให้แน่น และได้ความบันเทิงใจอีกส่วนหนึ่งด้วย เพราะ

ฉะนั้นควรตั้งปัญหาถามและตอบกัน ตามแต่จะนึกได้และตอบได้ เช่นในเรื่องเทศนาที่ได้สดับมา อย่าให้มีคำเหน็บแนมกันด้วยกิเลส ในเมื่อฟังพระธรรมเทศนาแล้วก็ควร ตัวอย่างถ้อยคำที่ควรพูดมีแสดงไว้ ๑๐ อย่างคือ

๑. ถ้อยคำที่ชักนำให้มีความปรารถนาน้อย.

๒. ถ้อยคำที่ชักนำให้สันโดษยินดีด้วยปัจจัยตามมีตามได้.

๓. ถ้อยคำที่ชักนำให้สงัดกายสงัดใจ.

๔. ถ้อยคำที่ชักนำไม่ให้ระคนด้วยหมู่

๕. ถ้อยคำที่ชักนำให้ปรารภความเพียร.

๖. ถ้อยคำที่ชักนำให้ตั้งอยู่ในศีล.

๗. ถ้อยคำที่ชักนำให้ทำใจให้สงบ.

๘. ถ้อยคำที่ชักนำให้ทำใจให้เกิดปัญญา.

๙. ถ้อยคำที่ชักนำให้ทำใจให้พ้นจากกิเลส.

ดาวน์โหลดจากระบบ TUDC โดย นายสำรวย บานชัยภูมิ หมดอายุ 14/12/2563

๑๐. ถ้อยคำที่ชักนำให้เกิดความรู้ความเห็นในความที่ใจพ้นจากกิเลสแล้ว.

ใน ๑๐ อย่างนี้ เราจะเลือกสนทนาอย่างไรให้ควรแก่อัธยาศัยของเราก็ได้ แม้ไม่มีใครอื่นจะพูดกับลูกหลานหรือศิษย์ของตนก็สมควร ทั้งจะฝึกหัดให้ผู้อยู่ในปกครองของตน ฉลาดกล้าหาญในทางที่ถูกดียิ่งขึ้น (ธรรมสากัจฉานี้ จะมีก่อนหรือหลังการฟังธรรมก็ควร).

วัตรเวลาจะเข้านอน

เมื่อสวดมนต์หรือสากัจฉาพอควรแล้ว พึงเริ่มนั่งกัมมัฏฐานต่อไป และแผ่เมตตาตั้งสัจจาธิษฐานดังนัยที่แสดงแล้วตอนเช้า. แต่การจัดเครื่องสักการะบูชานั้นเมื่อคนไหนเคยจัดทำมาแล้วจะไม่ต้องขวนขวายมาก ใช้แต่ธูป ๓ เล่ม เทียน ๒ เล่มตามปกติก็ควร และเมื่อจุดตั้งเครื่องบูชาตอนทำวัตรสวดมนต์แล้วนั่งกัมมัฏฐานติดต่อไป ไม่ต้องจัดเครื่องสักการะอีก เริ่ม

อาราธนากัมมัฏฐานนั่งพิจารณาต่อไปทีเดียว.

อนึ่งผู้ที่พิจารณากัมมัฏฐานคุ้นเคย จนรู้สึกว่าธรรมมีในใจ เห็นพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ มีในตนผ่องใสแล้ว ไม่ต้องทำพิธีอาราธนานั่งก็ได้ เจริญได้ทุกอิริยาบถ นั่ง นอน ยืน เดิน ไม่เลือกว่าที่ไหนตลอดถึงเวลาอุจจาระปัสสาวะก็ควร แต่ท่านกัลยาณชนย่อมไม่ละกิจอันเป็นพิธีตามเวลาเสีย เพื่อแสดงกายสามัคคี จิตตสามัคคี และประสงค์จะทำตนให้เป็นแบบอย่างของผู้เห็น เช่นสัทธิวิหาริก อันเตวาสิกบุตรหลาน บริษัทบริวารญาติมิตร จะได้มีจิตอ่อนโยน อุตสาหะในการบำเพ็ญคุณความดีให้ยิ่งขึ้นโดยอุ่นใจ ไม่เปล่าเปลี่ยวเก้อเขิน หากจะเกียจคร้านไม่ทำความดีให้มีในตน ก็จะเก้อเขินด้วยเห็นตนเป็นคนเลว พึงเห็นเช่นพระอรหันต์ทั้งหลายแม้เป็นผู้ไม่มีกิเลสเสร็จกิจที่จะต้องทำแล้ว ท่านยังมีกล่าวธรรมสากัจฉาประชุมฟังพระธรรมเทศนาในเวลาที่ควร และฟัง

ดาวน์โหลดจากระบบ TUDC โดย นายสำรวย บานชัยภูมิ หมดอายุ 14/12/2563

ปาฏิโมกข์ทุกวันอุโบสถ เพื่อเป็นแบบฉะบับสำหรับประพฤติให้สำเร็จประโยชน์ต่อไป ผู้หวังความเจริญจึงพยายามรักษากิจอันเนื่องด้วยวิธีตามเวลาไว้.

เมื่อเจริญภาวนาพอสมควรแล้ว แผ่เมตตาตั้งสัจจาธิษฐานและกราบ ๕ ครั้ง ด้วยความตั้งใจไว้ชอบเหมือนในตอนเช้าแล้ว จึงค่อยเข้าที่นอนด้วยมีสติรู้สึกอยู่ว่าเราจะนอนอย่างสีห์ ที่เรียกว่าสีหไสยาสน์ตามอย่างพระสัมมาสัมพุทธเจ้า คือนอนตะแคงเบื้องขวาวางเท้าเหลื่อมเท้า และกำหนดไว้ว่า เรานอนวางมือวางเท้าอย่างไร ผ้านุ่งผ้าห่มอยู่อย่างไร ทั้งน้อมใจว่า

---

๑. นอนอย่างราชสีห์นั้น ความในพระสูตรว่า ราชสีห์เมื่อจะนอนย่อมกวาดฝุ่นหอรดานที่ ๆ นอนให้เรียบร้อย แล้วจึงนอนตะแคงเบื้องขวาพิจารณาว่านอนวางหัววางหางไว้อย่างไร วางเท้าหน้าเท้าหลังอย่างไร จะให้ตื่นด้วยอาการอย่างนั้น ถ้าตื่นขึ้นพิจารณาท่าทางของตนเห็นวิปลาส วางหัวและหางไม่คงที่ ทำที่ให้ยุ่งเหยิง ก็ไม่ไปหาอาหารกิน กลับนอนใหม่จนกว่าจะเห็นว่าตื่นขึ้นเห็นหัวเห็นหางและเท้าวางเรียบร้อยคงที่ จึงจะไปหากิน.

เรานอนด้วยสติปัญญา พร้อมด้วยคุณพระพุทธเจ้า คุณพระธรรม คุณพระสงฆ์ คุณมารดาบิดา คุณครูอาจารย์ คุณความดีทุกประการ บัญจุเต็มอยู่ในสันดานนี้ ทรงรูปนามนี้ไว้ให้ปรากฏเป็นธรรมธาตุพิเศษ ไกลจากกิเลสเครื่องเศร้าหมอง พ้นจากทุกข์โศกโรคภัยอันตรายทั้งปวง เข้าถึงความสงบสุขควรเป็นที่รักเจริญใจของเทวดา มนุษย์ อมนุษย์ เดรฉานทั้งปวง ทำสัญญาในใจว่าเราจะตื่นและลุกขึ้นในเวลา ๓-๔-๕ น. เพื่อจะทำหน้าที่ของมนุษยผู้ปรชา สร้างบารมีด้วยความไม่ประมาท. (หากจะยังไม่หลับก็ไม่

---

๑. คือ ๓ ยาม ๑๐ ทุ่ม ๑๑ ทุ่ม ตามความสามารถและฐานะของตนผู้มีการงานต่างกัน คือผู้ทำงานหนักและเด็ก วันหนึ่ง ๒๔ ชั่วโมงควรนอนให้ได้ ๘ ชั่วโมงจึงจะพอดี ผู้มีงานเบาและผู้ใหญ่ส่วงเข้ามัชฌิมวัยตอนปลายหรือปัจฉิมวัย นอนหลับให้ได้วันละ ๖ ชั่วโมงพอควร ผู้สงบระงับไม่มีกิจกังวล ให้หลับได้วันละ ๔ ชั่วโมงก็พอจะนอนและตื่นเวลาไหนควรกำหนดเอาไว้ แต่ไม่ควรนอนดึกตื่นสายเลย การกินการนอน ขยันหรือขี้เกียจก็หัดได้ อ่อนแอหรือเข้มแข็งก็เป็นของหัดได้ ไม่ใช่เหลือวิสัย.

ดาวน์โหลดจากระบบ TUDC โดย นายสำรวย บานชัยภูมิ หมดอายุ 14/12/2563

ควรคิดถึงการงานอื่น คิดเพ่งดูคุณธรรมและความสงบอันเป็นภายในซ้ำ ๆ ไปจนกว่าจะหลับ).

อานิสงส์แห่งการประพฤติวัตร

เมื่อทำได้ดังที่ว่ามานี้ ก็มีความสุขสวัสดิ์เป็นสมบัติเป็นมงคลแก่ตน แก่สกุล แก่หมู่คณะ คือจะทำอะไรก็มีความปลอดโปร่งไม่ติดขัด สำเร็จได้ง่าย เป็นเหตุเจริญโภคสมบัติ และคุณสมบัติ เกียรติคุณแคล้วคลาดจากภัยอันตราย ได้ความสุขกายสบายใจยิ่งขึ้น แม้จะมีบุตรหลานบริษัทบริวาร ก็จะเป็นคนมีรูปร่างผิวพรรณไม่ทราม อยู่ในจำพวกดีงาม และว่าง่ายสอนง่าย อยู่ในอำนาจไม่ประพฤติผิดทางธรรม ให้เป็นที่เดือดร้อน มีแต่จะนำสุขประโยชน์มาโดยกาล ให้เกิดขึ้นบานที่ได้เลี้ยงดูปกครองมา ชื่อว่าทำตนให้เกิดสุขไพศาล ไม่ต้องติเตียนตน และคนที่อยู่ใต้ปกครอง เมื่อนึกถึงความดีที่ผู้ใหญ่ของตนประพฤติ

และสืบมาเป็นสมบัติของตน ของบุตรหลานบริษัท บริวารและศิษยานุศิษย์ ก็จะได้ปีติปราโมทย์ว่า ตนได้พ่อแม่ครูอาจารย์ญาติที่ดี ได้บุตรหลานบริษัทบริวารที่ดี ได้เจ้านายที่ดี นอกจากนี้เมื่ออินทรีย์แก่กล้า ก็จะได้บัลลุความบริสุทธิ์ หลุดพ้นจากทุกข์ทั้งปวงสมปรารถนา ซึ่งน่าที่ทุกคนควรพยายามประพฤติให้บริบูรณ์ในสันดาน.

(จบภาค ๓)

ห้องสมุดหนังสืออนุสรณ์งานศพ วัดบวรนิเวศวิหาร
๒๖ พฤศจิกายน ๒๕๑๕

ร. พ. มหามกุฏฯ หน้าวัดบวรนิเวศวิหาร ถนนพระสุเมรุ พระนคร
นายพินิจ อู่สำราญ ผู้พิมพ์โฆษณา ๒๔๙๗

ดาวน์โหลดจากระบบ TUDC โดย นายสำรวย บานชัยภูมิ หมดอายุ 14/12/2563

พิมพ์ที่โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย
หน้าวัดบวรนิเวศวิหาร
ถนนพระสุเมรุ จังหวัดพระนคร
นายพินิจ อู่สำราญ ผู้พิมพ์โฆษณา
พ.ศ. ๒๔๙๗

ดาวน์โหลดจากระบบ TUDC โดย นายสำรวย บานชัยภูมิ หมดอายุ 14/12/2563